

du 8 au 12 Mai 2008

PNR du Haut Languedoc

d'ile-de-france
Randonnée Niveau M+ de Mazamet à Bedarieux

Départ : Rendez-vous le **mercredi 7 mai** gare de Paris Austerlitz à 22H.15, Départ 22H.56 train couchette 3753 pour Toulouse Matabiau 6H.41 – Petit déjeuner train Ter 72402 à 7H.46 pour Mazamet 9H.23.

Retour : lundi 12 mai train Ter 77869 à 17H.30 pour Bézier 18H.05 TGV 6222 à 18H.34 pour Paris gare de Lyon 22H.41.

Prenez vos billets le plus tôt possible pour bénéficier des réductions

Parcours :

1^{er} jour –jeudi 8 Mai

Mazamet 234m, Moulin de l'Oule, Le Lauzié 764m, Refuge du Triby 965m, Pic de Nore 1211m, Pradelles-Cabardès 808m, Col de La Prade, Bourdials 627m, Laviale 652m gîte d'étape – Distance 24 Km – Dénivelé positif 1100m .

2^{ème} jour –vendredi 9 Mai

Quintaine, Faufrancou, Roc de Peyremaux 1008m, Fontaine des Trois évêques, Sales, col de Besson 800m, Les Clottes, Cantignous, La Bastide Rouairoux 392m.- Ravitaillement, Monplaisis 451m gîte d'étape – Distance 25 Km. – Dénivelé positif 600m.

3^{ème} jour- samedi 10 Mai

Castagné, Dolmen 817m, Mt du Somain, Route de l'Espinouse, col des Thérondeles 834m, col Cabaretou 936m, Saut de Vezoles 980m, Pisse-Loup 1086m, col de la Pinchinière 1048m, col de la Barre 1000m, col du Triby 830m, Fraisse sur Agout 760m gîte d'étape communal – Distance 26 Km – Dénivelé positif 700m – Ravitaillement possible.

4^{ème} jour – dimanche 11 Mai

Col de Fontfroide, Roc de l'Escayou 1048m, Les Bourdils, Montahut 1053m, col de Landres 800m, lac de l'Arette 500m, col de Bardou 641m, Héric 511m, Douch 897m, refuge de Font Salesse 1045m, Mt du Caroux, Jasse de Joucla, La Fage 770m – Hébergement centre de vacances UFOLEP - Distance 27 Km – Dénivelé positif 1100m.

5^{ème} jour – lundi 12 Mai

Madate, Montagne de Conil 757m, Combès, Croix des Baussels 460m, Lamalou-Les-Bains, Bardejan, La Sesquièrre, Pradal, Le Pont du diable, Clairac, Bédarieux – Distance 24 Km - Dénivelé positif 500m.

Carte 2344 ET, 2443 ET, 2444 ET , 2543 OT

Coût estimatif sans le trajet 170 Euros

Versement d'un acompte de 60 Euros au secrétariat du CAF

Prévoir les 3 premiers repas du midi, les bâtons de marche et le drap de couchage

Renseignements complémentaires 01 64 28 85 03 ou

Clauderamier @ Wanadoo.FR